

「健康日本 21」目標値一覧

練馬区の平成 14 年度および平成 21 年度の数値は、各年度に実施した「練馬区健康実態調査」の結果です。

国および東京都のベースライン値とは、「健康日本 21」および「東京都健康推進プラン 21」策定時の調査結果です。

国の中間実績値とは「健康日本 21」中間評価報告書（平成 19 年 4 月 10 日 厚生科学審議会地域保健健康増進栄養部会）より抜粋したものです。

東京都の直近データとは「東京都健康推進プラン 21 中間評価・改定」（平成 18 年 2 月 東京都健康推進プラン 21 評価委員会）より抜粋したものです。

「6 歯の健康」における東京都のデータは「3 歳児歯科健康診査結果（平成 20 年度東京都）」「東京都の学校保健統計書（平成 21 年度）」「東京都歯科診療所患者調査報告（平成 21 年度）」より抜粋したものです。

「—」と表記されている箇所は、数値の収集および目標の設定が行われていない箇所です。

1 栄養・食生活

（1） 適正体重を維持している人の増加【肥満者等の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14 年度	H21 年度	ベースライン値	中間実績値	H24 年目標	ベースライン値	直近データ
児童・生徒の肥満児	—	—	10.7%	10.2%	7%以下	—	—
20 歳代女性のやせのもの	25.8%	21.5%	23.3%	21.4%	15%以下	30.8%	19.4%
20～60 歳代男性の肥満者	28.1%	25.0%	24.3%	29.0%	15%以下	24.8%	28.5%
40～60 歳代女性の肥満者	14.7%	12.8%	25.2%	24.6%	20%以下	20.1%	20.4%

（2） 脂肪エネルギー比率の減少【1 日当たりの平均摂取比率】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14 年度	H21 年度	ベースライン値	中間実績値	H24 年目標	ベースライン値	直近データ
20～40 歳代	31.0%	31.3%	27.1%	26.7%	25%以下	27.9%	26.6% (1 歳以上)

(3) 食塩摂取量の減少【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
成人	11.9g	11.5g	13.5g	11.2g	10g未満	12.4g	10.9g (15~69歳)

(4) 野菜の摂取量の増加【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
成人	228g	232g	292g	267g	350g以上	306g	293g

(5) カルシウムに富む食品の摂取量の増加(成人)【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
牛乳・乳製品	166g	143g	107g	101g	130g以上	100g	122g
豆類	76g	76g	76g	65g	100g以上	71g	69g
緑黄色野菜	57g	58g	98g	89g	120g以上	107g	113g

(6) 自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践する人の増加【実践する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
男性(15歳以上)	37.9%	46.4%	62.6%	60.2%	90%以上	72.6%	64.4%
女性(15歳以上)	37.2%	47.4%	80.1%	70.3%	90%以上	—	—

(7) 朝食を欠食する人の減少【朝食を欠食する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	⤴-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
中学生・高校生	—	—	6.0%	6.2%	0.0%	—	—
男性(20歳代)	54.1%	25.6%	32.9%	34.3%	15%以下	37.3%	36.0%
男性(30歳代)	38.0%	25.6%	20.5%	25.9%	15%以下	20.0%	26.5%

(8) 量、質ともに、きちんとした食事をする人の増加【1日最低1食しっかり食べる人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	^ -スライ値	中間実績値	H24年目標	^ -スライ値	直近データ
成人	12.2%	10.7%	56.3%	61.0%	70%以上	—	—

(9) 外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする人の増加【参考にする人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	^ -スライ値	中間実績値	H24年目標	^ -スライ値	直近データ
男性(20～69歳)	26.2%	29.4%	20.1%	18.0%	30%以上	23.5%	26.8%
女性(20～69歳)	45.5%	52.4%	41.0%	40.4%	55%以上	49.3%	48.9%

(10) 自分の適正体重を維持することのできる食事量を理解している人の増加【理解している人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	^ -スライ値	中間実績値	H24年目標	^ -スライ値	直近データ
成人男性	32.6%	39.8%	65.6%	69.1%	80%以上	71.4%	76.1%
成人女性	35.2%	47.4%	73.0%	75.0%	80%以上	—	—

(11) 自分の食生活に問題があると思う人のうち、食生活の改善意欲のある人の増加【改善意欲のある人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	^ -スライ値	中間実績値	H24年目標	^ -スライ値	直近データ
成人男性	33.2%	38.0%	55.6%	59.1%	80%以上	30.4%	—
成人女性	48.8%	44.2%	67.7%	67.3%	80%以上	42.9%	—

(12) ヘルシーメニューの提供の増加と利用の促進【提供数；利用する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	^ -スライ値	中間実績値	H24年目標	^ -スライ値	直近データ
男性(20～59歳)	38.4%	32.0%	34.4%	—	50%以上	—	—
女性(20～59歳)	68.2%	62.6%	43.0%	—	50%以上	—	—

(13-1) 学習の場の増加と参加の促進【学習の場の数；学習に参加する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	^ -スライ値	中間実績値	2012年目標	^ -スライ値	直近データ
男性(20歳以上)	24.3%	21.9%	6.1%	7.4%	10%以上	—	—
女性(20歳以上)	35.2%	35.9%	14.7%	15.3%	30%以上	—	—

(13-2) 学習の場の増加と参加の促進【健康づくり協力店の数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
登録数	180店	225店	—	—	—	791店	—

(14) 学習や活動の自主グループの増加【自主グループの数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
男性(20歳以上)	8.1%	7.2%	2.4%	3.5%	5%以上	9.8%	12.8%
女性(20歳以上)	16.5%	19.0%	7.8%	7.4%	15%以上	—	—

(15) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加【メタボリックシンドロームを知っている人の増加】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
20歳以上	—	95.3%	—	—	80%以上	—	—

2 身体活動・運動

(1) 意識的に運動を心がけている人の増加【意識的に運動をしている人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
男性	56.1%	65.3%	51.8%	54.2%	63%以上	50.0%	42.5%
女性	50.2%	59.5%	53.1%	55.5%	63%以上	41.9%	40.4%

(2) 日常生活における歩数の増加【日常生活における歩数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
男性	7,371歩	6,890歩	8,202歩	7,532歩	9,200歩以上	8,563歩	8,029歩
女性	8,916歩	8,185歩	7,282歩	6,446歩	8,300歩以上	8,048歩	7,064歩

(3) 運動習慣者の増加【運動習慣者の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-割合値	中間実績値	H24年目標	△-割合値	直近データ
男性	18.3%	25.1%	28.6%	30.9%	39%以上	18.2%	26.1%
女性	15.9%	17.8%	24.6%	25.8%	35%以上	22.5%	20.4%

(4) 外出について積極的な態度をもつ人の増加【運動習慣者の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-割合値	中間実績値	H24年目標	△-割合値	直近データ
男性(60歳以上)	58.9%	56.2%	59.8%	51.8%	70%以上	41.9%	—
女性(60歳以上)	62.9%	63.0%	59.0%	51.4%	70%以上	45.1%	—
80歳以上	45.7%	43.8%	46.3%	38.7%	56%以上	—	—

(5) 何らかの地域活動を実施している者の増加【地域活動を実施している人】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-割合値	中間実績値	H24年目標	△-割合値	直近データ
男性(60歳以上)	19.2%	22.7%	48.3%	66.0%	58%以上	—	—
女性(60歳以上)	35.4%	25.3%	39.7%	61.0%	50%以上	—	—

(6) 日常生活における歩数の増加【日常生活における歩数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-割合値	中間実績値	H24年目標	△-割合値	直近データ
男性(70歳以上)	7,106歩	5,684歩	5,436歩	5,386歩	6,700歩以上	4,516歩	4,395歩
女性(70歳以上)	7,253歩	6,542歩	4,604歩	3,917歩	5,900歩以上	5,206歩	3,584歩

(7) 安全に歩行可能な高齢者の増加【開眼片脚起立時間20秒以上に該当する人の増加】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-割合値	中間実績値	H24年目標	△-割合値	直近データ
男性(65～74歳)	—	—	68.1%	—	80%以上	—	—
男性(75歳以上)	—	—	38.9%	—	60%以上	—	—
女性(65～74歳)	—	—	62.4%	—	75%以上	—	—
女性(75歳以上)	—	—	21.2%	—	50%以上	—	—

(8) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加【メタボリックシンドロームを知っている人の増加】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
20歳以上	—	95.3%	—	—	80%以上	—	—

3 休養・こころの健康づくり

(1) ストレスを感じた人の減少【ストレスを感じた人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
全体	55.3%	60.3%	54.6%	62.2%	49%以下	65.6%	66.3%

(2) 睡眠による休養を十分にとれていない人の減少【睡眠をとれない人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
全体	25.6%	27.2%	23.1%	21.2%	21%以下	—	—

(3) 睡眠の確保のために睡眠補助品やアルコールを使うことのある人の減少【睡眠補助品等を使用する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
全体	25.0%	25.3%	14.1%	17.6%	13%以下	—	—

(4) 自殺者の減少【自殺者数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
全国数	—	—	31,755人	30,539人	22,000人以下	2,014人	—

4 たばこ

(1) 喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及【知っている人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
肺がん	93.2%	94.7%	84.5%	87.5%	100.0%	91.3%	90.9%
喘息	57.1%	61.4%	59.9%	63.4%	100.0%	38.8%	39.6%
気管支炎	69.1%	72.4%	65.5%	65.6%	100.0%	49.6%	49.6%
心臓病	48.5%	53.6%	40.5%	45.8%	100.0%	27.9%	33.3%
脳卒中	35.9%	50.8%	35.1%	43.6%	100.0%	17.5%	31.2%
胃潰瘍	25.7%	27.7%	34.1%	33.5%	100.0%	14.2%	15.3%
妊娠に関連した異常	62.7%	65.5%	79.6%	83.2%	100.0%	47.5%	41.3%
歯周病	32.1%	41.6%	27.3%	35.9%	100.0%	11.0%	14.5%

(2-1) 公共の場及び職場における分煙の徹底及び効果の高い分煙に関する知識の普及【分煙を実施している割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
分煙を実施している職場	36.1%	43.7%	40.3%	55.9%	100.0%	—	—

(2-2) 公共の場及び職場における分煙の徹底及び効果の高い分煙に関する知識の普及【知っている人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
男性	—	—	—	77.4%	100.0%	—	—
女性	—	—	—	79.0%	100.0%	—	—

(3) 禁煙支援プログラムの普及【禁煙支援プログラムが提供されている市町村の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
全国	—	—	32.9%	39.7%	100.0%	—	—

(4) 喫煙をやめたい人がやめる【喫煙率、禁煙希望者の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
喫煙率(男性)	38.9%	28.7%	—	43.3%	—	—	—
喫煙率(女性)	16.5%	9.5%	—	12.0%	—	—	—
禁煙希望者(男性)	35.6%	49.3%	—	24.6%	—	—	—
禁煙希望者(女性)	51.2%	62.3%	—	32.7%	—	—	—

5 アルコール

(1) 多量に飲酒する人の減少【多量に飲酒する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
男性	12.0%	6.8%	4.1%	5.4%	3.2%以下	4.7%	11.1%
女性	2.0%	1.0%	0.3%	0.7%	0.2%以下	0.5%	4.4%

(2) 「節度ある適度な飲酒」の知識の普及【知っている人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
男性	62.7%	71.5%	50.3%	48.6%	100.0%	55.6%	62.7%
女性	88.4%	92.7%	47.3%	49.7%	100.0%	70.9%	66.4%

6 歯の健康

(1) う歯のない幼児の増加【う歯のない幼児の割合(3歳)】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
	70.3%	82.0%	59.5%	68.7%	80%以上	70.3%	82.9%

(2) フッ化物歯面塗布を受けたことのある幼児の増加【受けたことのある幼児(3歳)の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	中間実績値	H24年目標	△-ｽﾗｲﾄﾞ値	直近データ
	13.7%	36.9%	39.6%	37.8%	50%以上	13.7%	—

(3) 間食として甘味食品・飲料を頻回飲食する習慣のある幼児の減少【習慣のある幼児(1歳6ヶ月)の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
食品	17.1%	8.3%	29.9%	22.6%	15%以下	17.1%	—
飲料	36.6%	20.1%				36.6%	27.8%

国は、食品と飲料を合算した数値である。

(4) 一人平均う歯数の減少【一人平均う歯数(12歳)】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
	1.2 歯	1.0 歯	2.9 歯	1.9 歯	1 歯以下	2.6 歯	1.3 歯

(5) フッ化物配合の歯磨剤の使用の増加【使用している人の割合(学齢期)】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
	—	—	45.6%	52.5%	90%以上	17.2%	—

(6) 個別的な歯口清掃指導を受ける人の増加【過去1年間に受けたことのある人の割合(学齢期)】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
	—	—	12.8%	16.5%	30%以上	11.2%	—

(7) 進行した歯周炎の減少【有する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
40歳	42.6%	44.7%	32.0%	26.6%	22%以下	31.7%	21.7%
50歳	57.2%	43.9%	46.9%	42.2%	33%以下	48.9%	36.5%

(8) 歯間部清掃用器具の使用の増加【使用する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
40歳(35~44歳)	17.1%	29.3%	19.3%	39.0%	50%以上	—	—
50歳(45~54歳)	20.6%	26.5%	17.8%	40.8%	50%以上	—	—

(9) 喫煙が及ぼす健康影響についての十分な知識の普及【知っている人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
肺がん	93.2%	94.7%	84.5%	87.5%	100.0%	91.3%	90.9%
喘息	57.1%	61.4%	59.9%	63.4%	100.0%	38.8%	39.6%
気管支炎	69.1%	72.4%	65.5%	65.6%	100.0%	49.6%	49.6%
心臓病	48.5%	53.6%	40.5%	45.8%	100.0%	27.9%	33.3%
脳卒中	35.9%	50.8%	35.1%	43.6%	100.0%	17.5%	31.2%
胃潰瘍	25.7%	27.7%	34.1%	33.5%	100.0%	14.2%	15.3%
妊娠に関連した異常	62.7%	65.5%	79.6%	83.2%	100.0%	47.5%	41.3%
歯周病	32.1%	41.6%	27.3%	35.9%	100.0%	11.0%	14.5%

(10) 禁煙支援プログラムの普及【禁煙支援プログラムが提供されている市町村の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
全国	—	—	32.9%	39.7%	100.0%	—	—

(11) 80歳で20歯以上、60歳で24歯以上の自分の歯を有する人の増加【自分の歯を有する人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
80歳(75~84歳)で20歯以上	26.2%	35.1%	11.5%	25.0%	20%以上	27.0%	39.8%
60歳(55~64歳)で24歯以上	58.2%	54.3%	44.1%	60.2%	50%以上	55.2%	63.4%

(12) 定期的な歯石除去や歯面清掃を受ける人の増加【過去1年間に受けた人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
60歳(55~64歳)	57.1%	48.7%	15.9%	43.2%	30%以上	—	—

(13) 定期的な歯科検診の受診者の増加【過去1年間に受けた人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
60歳(55~64歳)	65.4%	47.7%	16.4%	35.7%	30%以上	—	—

7 糖尿病

(1) 適正体重を維持している人の増加【肥満者等の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-5%値	中間実績値	H24年目標	△-5%値	直近データ
20～60歳代男性の肥満者	28.1%	25.0%	24.3%	29.0%	15%以下	24.8%	28.5%
40～60歳代女性の肥満者	14.7%	12.8%	25.2%	24.6%	20%以下	20.1%	20.4%

(2) 日常生活における歩数の増加【日常生活における歩数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-5%値	中間実績値	H24年目標	△-5%値	直近データ
男性	7,371歩	6,890歩	8,202歩	7,532歩	9,200歩以上	8,563歩	8,029歩
女性	8,916歩	8,185歩	7,282歩	6,446歩	8,300歩以上	8,048歩	7,064歩

(3) 量、質ともに、きちんとした食事をする人の増加【1日最低1食しっかり食べる人の増加】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-5%値	中間実績値	H24年目標	△-5%値	直近データ
成人	12.2%	10.7%	56.3%	61.0%	70%以上	—	—

(4) 定期健康診断等糖尿病に関する健康診断受診者【受けている人の数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-5%値	中間実績値	H24年目標	△-5%値	直近データ
全体	42.4%	52.7%	4,573万人	5,850万人	6,860万人以上	—	—

(5) 糖尿病検診における異常所見者の事後指導受診率【受けている人の数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-5%値	中間実績値	H24年目標	△-5%値	直近データ
男性	100.0%	91.1%	66.7%	74.2%	100.0%	—	—
女性	89.5%	72.2%	74.6%	75.0%	100.0%	—	—

(6) 糖尿病有病者の減少

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-スライ値	中間実績値	H24年目標	⤴-スライ値	直近データ
全体	3.6%	5.1%	690万人	740万人	1,000万人	—	—

(7) 糖尿病有病者の治療継続率【治療継続している人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-スライ値	中間実績値	H24年目標	⤴-スライ値	直近データ
全体	87.5%	81.0%	45.0%	50.6%	100.0%	—	—

(8-1) 糖尿病合併症の減少【合併症を発症した人の数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-スライ値	中間実績値	H24年目標	⤴-スライ値	直近データ
糖尿病性腎症	—	—	10,729人	13,920人	11,700人	—	—

(8-2) 糖尿病合併症の減少【合併症を有する人の数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-スライ値	中間実績値	H24年目標	⤴-スライ値	直近データ
失明	—	—	約3,000人	調査中	—	—	—

(9) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加【メタボリックシンドロームを知っている人の増加】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-スライ値	中間実績値	H24年目標	⤴-スライ値	直近データ
20歳以上	—	95.3%	—	—	80%以上	—	—

(10) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当者・予備群の減少【人数】

対象	練馬区国民健康保険		国			東京都	
	H14年度	H21年度	⤴-スライ値	H24年目標	H27年目標	⤴-スライ値	直近データ
男性(40～74歳)	—	746人	1,400万人	10%以上の減少	25%以上の減少	—	—
女性(40～74歳)	—	526人	560万人	10%以上の減少	25%以上の減少	—	—

(11-1) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の概念を導入した健診・保健指導の受診者数の向上【特定健康診査の実施率】

対象	練馬区国民健康保険		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	H24年目標	H27年目標	△-スライ値	直近データ
健診実施率	—	41.3%	—	70%	80%	—	—

国のH24年目標は全国目標であり、自治体国民健康保険の目標は65%である。

(11-2) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の概念を導入した健診・保健指導の受診者数の向上【特定保健指導の実施率】

対象	練馬区国民健康保険		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	H24年目標	H27年目標	△-スライ値	直近データ
保健指導実施率	—	16.2%	—	45%	60%	—	—

8 循環器病

(1) 食塩摂取量の減少【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
成人	11.9g	11.5g	13.5g	11.2g	10g未満	12.4g	10.9g (15~69歳)

(2) カリウム摂取量の増加【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
成人	1.3g	1.3g	2.5g	2.4g	3.5g以上	—	—

(3) 適正体重を維持している人の増加【肥満者等の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-スライ値	中間実績値	H24年目標	△-スライ値	直近データ
20~60歳代男性の肥満者	28.1%	25.0%	24.3%	29.0%	15%以下	24.8%	28.5%
40~60歳代女性の肥満者	14.7%	12.8%	25.2%	24.6%	20%以下	20.1%	20.4%

(4) 運動習慣者の増加【運動習慣者の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	ハ-スライ値	中間実績値	H24年目標	ハ-スライ値	直近データ
男性	18.3%	25.1%	28.6%	30.9%	39%以上	18.2%	26.1%
女性	15.9%	17.8%	24.6%	25.8%	35%以上	22.5%	20.4%

(5) 高血圧の改善(推計)【平均血圧最大値】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	ハ-スライ値	中間実績値	H24年目標	ハ-スライ値	直近データ
	—	—	—	—	4.2mmHgの低下	—	—

(6) たばこ対策の充実

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	ハ-スライ値	中間実績値	H24年目標	ハ-スライ値	直近データ
「4 たばこ」(P.175~176)を参照							

(7) 脂質異常症(高脂血症)の減少【脂質異常症(高脂血症)の人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	ハ-スライ値	中間実績値	H24年目標	ハ-スライ値	直近データ
男性	13.6%	21.3%	10.5%	12.1%	5.2%以下	15.2%	12.0%
女性	13.8%	16.8%	17.4%	17.8%	8.7%以下	15.0%	15.7%

(8) 糖尿病有病者の減少

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	ハ-スライ値	中間実績値	H24年目標	ハ-スライ値	直近データ
全体	3.6%	5.1%	690万人	740万人	1,000万人	—	—

(9) 飲酒対策の充実

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	ハ-スライ値	中間実績値	H24年目標	ハ-スライ値	直近データ
「5 アルコール」(P.176)を参照							

(10) 健康診断を受ける人の増加【健診受診者の数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	〓-〓〓〓値	中間実績値	H24年目標	〓-〓〓〓値	直近データ
全体	70.2%	75.7%	4,573万人	5,850万人	6,860万人以上	56.6%	62.1%

(11) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)を認知している国民の割合の増加【メタボリックシンドロームを知っている人の増加】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	〓-〓〓〓値	中間実績値	H24年目標	〓-〓〓〓値	直近データ
20歳以上	—	95.3%	—	—	80%以上	—	—

(12) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の該当者・予備群の減少【人数】

対象	練馬区国民健康保険		国			東京都	
	H14年度	H21年度	〓-〓〓〓値	H24年目標	H27年目標	〓-〓〓〓値	直近データ
男性(40～74歳)	—	746人	1,400万人	10%以上の減少	25%以上の減少	—	—
女性(40～74歳)	—	526人	560万人	10%以上の減少	25%以上の減少	—	—

(13-1) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の概念を導入した健診・保健指導の受診者数の向上【特定健康診査の実施率】

対象	練馬区国民健康保険		国			東京都	
	H14年度	H21年度	〓-〓〓〓値	H24年目標	H27年目標	〓-〓〓〓値	直近データ
健診実施率	—	41.3%	—	70%	80%	—	—

国の平成24年目標は全国目標であり、自治体国民健康保険の目標は65%である。

(13-2) メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の概念を導入した健診・保健指導の受診者数の向上【特定保健指導の実施率】

対象	練馬区国民健康保険		国			東京都	
	H14年度	H21年度	〓-〓〓〓値	H24年目標	H27年目標	〓-〓〓〓値	直近データ
保健指導実施率	—	16.2%	—	45%	60%	—	—

9 がん

(1) たばこ対策の充実

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-移行値	中間実績値	H24年目標	△-移行値	直近データ
「4 たばこ」(P.175～176)を参照							

(2) 食塩摂取量の減少【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-移行値	中間実績値	H24年目標	△-移行値	直近データ
成人	11.9g	11.5g	13.5g	11.2g	10g未満	12.4g	10.9g (15～69歳)

(3) 野菜の摂取量の増加【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-移行値	中間実績値	H24年目標	△-移行値	直近データ
成人	228g	232g	292g	267g	350g以上	306g	293g

(4) 1日の食事において、果物類を摂取している者の増加【摂取している人の割合】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-移行値	中間実績値	H24年目標	△-移行値	直近データ
成人	67.0%	64.5%	29.3%	63.5%	60%以上	—	—

(5) 脂肪エネルギー比率の減少【1日当たりの平均摂取量】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-移行値	中間実績値	H24年目標	△-移行値	直近データ
20～40歳代	31.0%	31.3%	27.1%	26.7%	25%以下	27.9%	26.6% (1歳以上)

(6) 飲酒対策の充実

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	△-移行値	中間実績値	H24年目標	△-移行値	直近データ
「5 アルコール」(P.176)を参照							

(7) がん検診の受診者の増加【検診受診者数】

対象	練馬区		国			東京都	
	H14年度	H21年度	ハ・ス・イ値	中間実績値	H24年目標	ハ・ス・イ値	直近データ
胃がん(40歳以上)	28.0%	39.5%	1,401万人	1,777万人	2,100万人以上	6.0%	5.6%
子宮がん(20歳以上)	23.0%	29.3%	1,241万人	1,056万人	1,860万人以上	—	7.1%
乳がん(40歳以上)	15.6%	26.9%	1,064万人	842万人	1,600万人以上	—	5.5%
肺がん(40歳以上)	20.0%	43.7%	1,023万人	1,100万人	1,540万人以上	5.4%	6.2%
大腸がん(40歳以上)	18.7%	38.4%	1,231万人	1,432万人	1,850万人以上	12.5%	13.9%